MOKSA
SRADHA

A. PENGERTIAN MOKSA

Moksa adalah suatu sradha dalam Agama Hindu, yang merupakan tujuanhidup tertinggi agama hindu .

Moksa berasal dari bahasa Sansekerta dari kata **Muc** = membebaskan atau melepaskan Dengan demikian Moksa berarti: *"Kelepasan dan Kebebasan"*.

MOKSA merupakan terlepasnya Atman dari belenggu Maya (bebas dari pengaruh Karma dan Punarbawa).

Moksa bersifat Nirguna tidak ada bahasa manusia yang dapatmenjelaskan bagaimana sesungguhnya alam Moksa itu. Alam moksa hanya dapat dirasakan oleh orang yang dapat mencapainya.

Yang dimaksud kebebasan dalam ajaran Moksa adalah terlepasnya Atma dari ikatan Maya, sehingga dapat menyatu dengan Brahman. Bagi orang yang telah mencapai moksa berarti mereka telah mencapai alam Sat Cit Ananda, yaitu kebahagiaan yang tertinggi.

Jalan yang ditunjuk oleh Ajaran Agama untuk mencapai moksa adalah Catur Marga Yoga. Di dunia ini atau pada kehidupan ini kita dapat pula mencapai moksa dengan membebaskan diri dari Tri Guna.

B. TINGKATAN MOKSA

Moksa dapat dibedakan menjadi 4 jenis yaitu: Samipya, Sarupya, Salokya, Sayujya

1. Samipya. Samipya adalah kebebasan yang dapat dicapai oleh seseorang semasa hidupnya di dunia ini. Hal ini dapat dilakukan oleh para Yogi dan Maha Resi.

2. Srupya, Srupya merupakan moksa yang didapatkan seseorang di dunia ini karena kelahiranya. Kedudukan atman merupakan pencerminan dari kemahakuasaan Tuhan, seperti halnya Sri Rama, Buddha Gautama, dan Sri Kresna. Walaupun Atma telah mengambil perwujudan tertentu namun ia tidak terikat oleh segala sesuatu yang ada di dunia ini.

3. Slokya. Slokya adalah suatu kebebasan yang dapat dicapai oleh Atma, di mana Atma itu telah telah berada di posisi dan kesadaran yang sama dengan Tuhan. Dalam keadaan seperti ini dapat dikatakan Atman telah mencapai tingkatan Dewa yang merupakan manifestasi dari Tuhan itu sendiri.
4. Saijya. Sijya adalah suatu tingkatan bebebasan yang tertinggi dimana Atman telah dapat bersatu dengan Tuhan Yana maha Esa (Brahman). Dalam keadaan seperti inilah sebutan "Brahman Atman Aikyam" yang artinya, Atman dan Brahman sesungguhnya tunggal.

Istilah lain yang digunakan untuk mengklarifikasikan tingkat-tingkat Moksa yaitu: Jiwa Mukti, Wideha Mukti(Karma Mukti), dan Purna Mukti.

1. Jiwa Mukti
2. Wideha Mukti(Karma Mukti)
3. Purna Mukti

C. JALAN UNTUK MENCAPAI MOKSA

Catur Marga Yoga, yang bagian-bagianya adalah:

1. Bhakti Marga Yoga : Kata "Bhakti" Berarti taat, sujud, menyembah, dan kasih. Berarti Bhakti marga adalah mencapai Moksa dengan jalan cinta kasih dan persembahan.
2. Karma Marga Yoga : Adalah cara mencapai Moksa dengan perbuatan atau kebajikan tanpa pamrih.
3. Jnana Marga Yoga : "Jenana" artinya kebijaksanaan filsafat (pengetahuan). Yoga berasa dari urat kata "Yuj" artinya menghubngkan diri. Jadi kesimpulanya adalah jalan mencapai Moksa dengan cara mempelajari ilmu pengetahuan dan filsafat pembebasan diri dari ikatan-ikatan keduniawian.
4. Raja Marga Yoga : Merupakan suatu jalan Mistik untuk mencapai keepasan atau Moksa. Adapun tiga jalan yang ditempuh oleh para Raja Yogin, diantaranya: - Tapa Brata, -Yoga, dan –Samadhi.

D. 8 TAHAPAN YOGA UNTUK MENCAPAI MOKSA

1. Yama, merupakan larangan yang harus dilakukan oleh seseorang dari segi jasmani. Misal, dilarang membunuh (Ahimsa), dilarang berbohong (Satya) pantang menginginkan sesuatu yang bukan miliknya (Asteya) pantang berhubunga seksual (Brahmacari) dan tidak menerima pemberian dari orang lain (Aparigraha).

2. Nyama, yaitu pengendalian diri yang lebih bersifat rohani, misalnya SAUCA (tetap suci lahir batin), SANTOSA (selalu puas dengan apa yang datang), SWADHIYAYA (mempelajari kitab-kitab keagamaan, ISWARA PRANIDHANA (Mempelajari kitab-kitab keagamaan) ISWARA PRANIDHANA (selalu bhakti kepada tuhan) dan TAPA (tahan uji).

3. Asana, yaitu sikap duduk yang menyenangkan teratur dan disiplin.

4. Pranayama yaitu Mengatur pernapasan sehingga menjadi sempurna melalui tiga jalan, yaitu PURAKA (menarik nafas), KUMBHAKA (Menahan napas), RECAKA (mengeluarkan nafas).

5. Pratyahara. Pratyahara adalah penguasaan panca indria oleh pikiran sehingga apapun yang diterima panca indria melalui syaraf ke otak tidak mempengaruhi pikiran. Panca indria adalah: pendengaran, penglihatan, penciuman, rasa lidah (pengecapan) dan rasa kulit (perabaan). Pada umumnya indria menimbulkan nafsu kenikmatan setelah mempengaruhi pikiran.

6. Dharana yaitu usaha-usaha untuk menyatukan pikiran dengan sasaran yang diinginkan.

7. Dhayana yaitu pemusatan pikiran yang tenang, tidak tergoyahkan terhadap satu objek. Dhyana dapat dilakukan terhadap istadewata.

8. Samaddhi yaitu penyatuan Atman (sang diri sejati dengan Brahman)